

Rotxapeako ADINEKOEN SAREA

RED MAYORES Rotxapea

IZEN-EMATEAK
INSCRIPCIONES

010

948 420 100



Batu zaitez Arrotxapeko Sarearen Whatsappeko komunitatera.
Únete a la Comunidad de Whatsapp de la Red de Rochapea.

+ INFO redesdemayoresrotxapea@pamplona.es

IBILALDI OSASUNGARRIA

10/26, 11/30, 12/28 (hileko azken astelehenak)

ORDUTEGIA 10:30-12:00

Abiapuntua: Maiteminduen plaza.

ANTOLATZAILEA Plaza On

IZENA EMAN behar da 010 telefonoan

EZAGUTU NIRE BALIABIDEA: ARROTXAPEKO BARATZE KOMUNITARIOA

10/21

Baliabide hori ezagutzeko bisita gidatua; anima zaitez!

ORDUTEGIA 10:30

TOKIA Barkazioko Gurutzearen kalea (Arrotxapea UBUaren ondoan)

ANTOLATZAILEA Baratze komunitarioa
IZENA EMAN behar da 010 telefonoan

SORTA AKTIBOA

10/09-11/27 (ostiralak)

Bereziki 75 urtetik gorakoendako jarduera. Jarduerak: musikoterapia, psikoestimulazioa, oroipena, trebetasun sozialak...

11:00-12:30. Joaquín Beunza zentro komunitarioa (Joaquín Beunza k. 31)

ANTOLATZAILEA Solera

IZENA EMAN behar da 010 telefonoan

GOIZ KOGNITIBOA

Asteartero

(JAIEGUNETAN IZAN EZIK)

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 12:15-13:15

Aurrez **IZENA EMAN** behar da Convive zentroan edo 650155051 telefonoan

ENTRENATU GORPUTZA ETA BURUA

Ostegunero

(JAIEGUNETAN IZAN EZIK)

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 11:30-12:30

Aurrez **IZENA EMAN** behar da Convive zentroan edo 650155051 telefonoan.

OROIMEN-LANTEGIA

Ostiralero

(JAIEGUNETAN IZAN EZIK)

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 11:00-12:00

Eman izena aurrez Convive zentroan edo 650155051 telefonoan.

DANTZA KOOPERATIBOEN LANTEGIA

Asteartero

(JAIEGUNETAN IZAN EZIK)

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 11:00-12:00

Eman izena aurrez Convive zentroan edo 650155051 telefonoan.

ZURE KASA

Hileko hirugarren asteazkenean

(JAIEGUNETAN IZAN EZIK)

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 17:30-19:00.

Ez da aurrez **IZENA EMAN** behar.

PUNTU- ETA KAKORRATZ- LANTEGIA

Asteazkenetan eta ostegunetan

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 11:00-13:00

Ez da aurrez **IZENA EMAN** behar.

BELAUNALDIEN ARTEKO JARDUNALDIAK

Hileko azken asteazkenetan

Belaunaldien arteko topaketak La Compasión Escolapios ikastetxearekin

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA 11:30-12:30

Ez da aurrez **IZENA EMAN** behar.

GAINDITU ETEN DIGITALA

Banakako saioak telefono mugikorrek eta smartphoneak erabiltzeari lotutako zalantzak argitzeko.

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

ORDUTEGIA zentroko

profesionalarekin zehaztuko da Zentroan bertan edo 650155051 telefonoan.

ERAKUSGUNEAK

ANTOLATZAILEA Convive San Pedro zentroa

TOKIA Convive San Pedro zentroa (Aita Maceda k. 8, behea)

Argibideak: Convive zentroan edo 650155051 telefonoan.

OSASUNA TALDEA MARTXAN IRTEEREN EGUTEGIA

• Iraileko irteerak: 5, 12, 15 eta 26

• Urriko irteerak: 3, 6, 17, 24 eta

27; mendi-ibilaldia Fitero ingurura urriaren 10ean.

• Azaroko irteerak: 7, 14, 17 eta 28

Irteerak 09:30ean Joaquín Beunza zentro komunitariotik (Joaquín Beunza k. 33); harremanetarako mugikorra: 637788254

PASEO SALUDABLE

26/10, 30/11, 28/12 (último lunes de mes)

HORA 10:30-12:00 h.

Punto de salida: Plaza de los enamorados

ORGANIZA Plaza On

INSCRIPCIÓN necesaria en el 010

CONOCE MI RECURSO: HUERTO COMUNITARIO DE LA ROCHAPEA

21/10 (miércoles)

Visita guiada para conocer el recurso, ¡anímate!

HORA 10:30

LUGAR c/Cruz de Barkazio (junto a la U.D.C. Rochapea)

ORGANIZA Huerto comunitario

INSCRIPCIÓN necesaria en el 010

COMBO ACTIVO

Del 9/10-27/11 (viernes)

Actividad especialmente dirigida a mayores de 75 años. Actividades de musicoterapia, psicoestimulación, reminiscencia, habilidades sociales....
11:00-12:30

Sala 1 de Centro comunitario de Joaquin Beunza (C/Joaquin Beunza 31)

ORGANIZA Solera

INSCRIPCIÓN necesaria en el 010

MATINÉ COGNITIVA

Todos los martes

(EXCEPTO FEXTIVOS)

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 12:15- 13:15 h

INSCRIPCIÓN previa en el centro Convive o en el 650155051

ENTRENA CUERPO Y MENTE

Todos los jueves,

(EXCEPTO FEXTIVOS)

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 11:30- 12:30h

INSCRIPCIÓN previa en el centro Convive o en el 650155051

TALLER DE MEMORIA

Todos los viernes

(EXCEPTO FEXTIVOS)

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 11:00- 12:00h

INSCRIPCIÓN previa en el centro Convive o en el 650155051

TALLER DE BAILE COOPERATIVO

Todos los martes

(EXCEPTO FEXTIVOS)

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 11:00- 12:00h

INSCRIPCIÓN previa en el centro Convive o en el 650155051

A TU AIRE

Tercer miércoles de cada mes,

(EXCEPTO FEXTIVOS)

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 17:30- 19:00h

No es necesaria inscripción previa

TALLER PUNTO Y GANCHILLO

Todos los miércoles y jueves

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/

Padre Maceda 8, bajo)

HORA 11:00 - 13:00

No es necesaria inscripción previa

JORNADAS INTERGENERACIONALES

Último miércoles de cada mes

Encuentros intergeneracionales con el colegio La Compasión Escolapios

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA 11:30 - 12:30

No es necesaria inscripción previa

SALTA LA BRECHA

Sesiones individuales para resolver dudas relacionadas con el uso de teléfonos móviles y Smartphone:

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

HORA a concretar con la profesional del centro, en el propio centro o en el 650155051

ESPACIO EXPOSITIVO

ORGANIZA Convive San Pedro

LUGAR Centro Convive San Pedro (C/ Padre Maceda 8, bajo)

Información en el Centro Convive o en el 650155051

CALENDARIO DE SALIDAS GRUPO SALUD EN MARCHA

• Próximas salidas Septiembre:

Días 5, 12, 15 y 26

• Próximas salidas Octubre:

Días 3, 6, 17, 24 y 27, salida de senderismo zona Fitero día 10 de Octubre.

• Próximas salidas Noviembre:

Días 7, 14, 17 y 28

Salidas a las 9,30 horas desde el Centro Comunitario Joaquin Beunza 33. móvil de contacto: 637788254